

1. Co pro vás osobně znamená modlitba?

Modlitba je v první řadě odpovědí na Boží milost.

Je živým vztahem. Přátelstvím.

Přátelstvím žitým ve víře. Vztahem mezi Ježíšem Kristem, mým Pánem a Bohem, a mnou, konkrétním, smrtelným člověkem.

2. Jak a kdy jste s osobní modlitbou začínal?

Upřímně, nevím.

Nevím, protože modlitba je něco, co se vyvíjí. Zeptejte se dítěte, kdy poprvé začalo mluvit, kdy si uvědomilo, že jsou kolem něj lidé, kteří jej mají rádi... nebude znát odpověď, protože to přišlo samo, najednou to tu bylo. S modlitbou je tomu stejně.

Rád bych však upřesnil toto: Modlitba nemá nic společného s východní meditací či jógou. Právě u těchto cvičení můžeme říci: „Tehdy a tehdy jsem začal meditovat, tehdy a tehdy jsem začal cvičit.“

Můžeme to říci, protože to jsou pouze naše osobní aktivity, vztažené k nám samotným. Modlitba však je vztahem mezi dvěma osobami, z nichž jedna je té druhé neustále přítomná. To mění vše.

Každý člověk tíhne k něčemu, co jej přesahuje – i ateista. A odbourá-li člověk předsudky o Bohu a modlitbě, a obrátí-li se na Někoho, u koho hledá pomoc (začátky jsou často takové), tak se modlí. U mne to muselo být také tak, někdy někde v dětství...

Jak se vaše modlitba od té doby změnila, existují nějaké zásadní mezníky v jejím vývoji?

Změnila se stejně jako všechny vztahy, které postupem času zrají. Stala se mnohem osobnější a důležitější pro můj život (což je dost pochopitelné, když jsem kontemplativní mnich...), naprosto centrovaná k oběti Mše svaté a Eucharistii.

Zásadním mezníkem je okamžik, životní zkušenost – nikoliv pouze spekulativní teorie – kdy člověk zjistí, že jeho veškerá aktivita je sama o sobě k ničemu: že tím, co je v modlitbě podstatné, nejsem já, moje osobní ctnosti, krásné či špatné pocity, ale Bůh. A že je to Bůh, kdo do mého srdce vkládá onu touhu modlit se, být s Ním. Je to nezbytný osobní koperníkovský obrat – ne já, ale Bůh, Ježíš je centrem modlitby, mého života, veškerého dění. Nejdůležitějším zvratem je vymanit se, vyvlastnit se sám sobě: to, až pro mne Bůh začne mít více důležitosti než moje malé já.

A k tomu patří druhá věc: pochopit, že tuto „operaci“ je třeba každý den znovu a znovu opakovat, nejméně 100x... Popravdě řečeno, toto je asi ta nejdůležitější lekce, kterou nám chce Bůh v celém životě uštedřit: „Beze mne nemůžete nic“, absolutně nic. Ale se mnou všechno!...

3. Měl jste s modlitbou někdy problémy? Jaké?

Abychom si rozuměli, vycházejme opět z tohoto nejdůležitějšího faktu: Bůh je Živoucí Osoba, modlitba je vztahem s Ním.

Vy jste nikdy s nikým neměli problémy? No tak...

Jestli je člověk egoista (a to jsme všichni), tak bude egoistou i ve vztahu s Bohem. Jestli je člověk

nervák, tak se bude nervovat i při modlitbě. Jestli se člověk nechá táhnout životem do všech stran, tak svoji rozervanost bude zažívat i při modlitbě. Z našich osobních dispozic je třeba nedělat moc rychle „mystické zkoušky“, protože při modlitbě člověk v první řadě narazí na sebe sama, začne zjišťovat jaký ve skutečnosti je. To není Bůh, kdo člověka zkouší, to je člověk, který nedokáže v klidu vydržet se svým Bohem. Právě z toho pramení většina našich problémů.

Ona první, velká a celý život opakující se zkouška, kterou jsem si prošel a na kterou narazí všichni, kteří to s modlitbou myslí vážně, je:

- přijmout Boha tak, jak se nám dává poznat, ne jak bych chtěl, aby se mi dal poznat, pocítit.
- přijmout sebe sama (což není nikdy moc slavné) a nikdy se nevzdávat. Smířit se, a dokonce chtít to, že naše modlitba bude vždy modlitbou chudých a hříšných, na které navzdory všemu náš Bůh a Otec s láskou čeká.

4. Kdo nebo co Vás na cestě modlitby zásadně ovlivnil, nebo inspiroval?

Nejdůležitější vliv v této oblasti na mne měli a mají lidé, kteří se snaží o to, aby byla určitá jednota mezi tím, co si myslí, co říkají a co dělají: moji rodiče, několik kněží. A hlavně můj Otec učitel (novicmistr) a Otec opat – o nich mohu říci: to jsou lidé, kteří mne naučili modlit se.

5. Co byste doporučil člověku, který se chce začít modlit, a neví jak na to?

Aby hlavně začal. Protože je to sama praxe modlitby, která člověku ukáže cestu. Jedno staré mnišské apoftegma říká: „Zůstaň ve své cele a ona tě naučí všemu.“ A s modlitbou je tomu stejně.

Stručně řečeno, k modlitbě je zapotřebí tři věci: víry, vytrvalosti a pokud možno duchovního otce, který má zkušenost jak s modlitbou, tak i s životem a lidskými slabostmi. A též je velice prospěšná pravidelná četba kvalitních knih. Pokud jsme poctiví, Bůh nám bude nápomocen a povede nás.

6. Jaká vidíte úskalí nebo nebezpečí v modlitebním životě? Může být modlitba i špatná?

Velké úskalí modlitby spočívá ve ztrátě věrnosti, vytrvalosti a odvahy: protože mne to už nebaví, protože u toho nic nezažívám, protože nic necítím, přestávám se modlit.

Postupem času každý člověk v modlitbě narazí na velké „nic“. A právě to je rozhodující moment: buď se tím nechám odradit (protože modlitba přestala plnit svoji útěšnou roli; protože mi už zdánlivě „nic nedává“), nebo toto „nic“ pochopím jako výzvu k tomu, abych se začal dávat, abych začal přijímat pravidla hry Někoho jiného, Někoho živého, kdo nejedná přesně, jak bych já chtěl (dokážete si představit tu tragédii, kdyby Bůh plnil všechna naše přání!?). Jinak řečeno: ono zdrcující nic, na které narazíme při modlitbě, je vstupní branou k opravdovému vztahu s Bohem, v kterém Boha necháme mít rozhodující slovo. A tato brána se nazývá pokora. Bez hluboké pokory a prosté, nahé víry je veškeré naše úsilí jen povyk, planá slova a zbožné pózy.

Druhým problémem, vlastním nám křesťanům a katolíkům, je určitá myšlenková rozbředlost a nelogičnost. Jako bychom se báli jasnosti a důslednosti naší víry. A je to právě tato neukotvenost, která se stává vyčerpávající léčkou pro hledače Absolutna.

V poslední době se tolik mluví o modlitbě... ale často – bohužel – velice zpsychologizovaně, jako o určitém vnitřním cvičení vedoucím ke klidu, harmonii a vnitřní vyrovnanosti. Ale cílem modlitby není harmonie, ale setkání s Živým Bohem, s Ježíšem Kristem. A oním místem setkání, místem *par excellence* je Eucharistie a oběť Mše svaté. To je pramen, posílá i cíl v našem životě modlitby. V tom tkví výjimečnost křesťanské modlitby: už nemusíme hledat Boha, protože Bůh přišel v osobě Našeho

Pána na tuto zemi, aby našel On nás. Pokud nás postupem času naše modlitba nedovede až sem, je nasnadě se ptát, jestli náhodou nejsme ve slepé uličce.

Modlitba sama o sobě není nikdy špatnou. Co však může být špatné, je náš přístup k ní. Stejně jako se „strom pozná po ovoci“, tak se projeví i náš přístup k modlitbě. Pokud se člověk vzdaluje reálnému světu, pokud začíná žít ve světě vnitřních pocitů a pokud svou pozornost směřuje jen k sobě, je tu velké nebezpečí, že jeho přístup k modlitbě je nezdravý, že se nejedná o „setkávání se s Bohem“, ale o pozorování sebe sama.

Člověk modlitby, naší ubohé lidské modlitby, by se měl naopak pomaličku otvírat. V první řadě Bohu, potom ostatním lidem a jejich potřebám, utrpení a bídě; otvírat se pravdě a dobru. Víra a pokora, Eucharistie a realita jsou spojené nádoby. A právě v každodenní žité realitě se odráží náš duchovní postoj. To je indikátor naší modlitby.

7. Modlitba a normální život – jak to jde skloubit? Co si počít s biblickou výzvou: „Bez ustání se modlete“?

Spíše bych řekl: Aby se náš život stal normálním, je třeba jej zakořenit v modlitbě.

Základním problémem dnešní doby a našich životů je ztráta pravých hodnot, identity. Nevíme, kdo jsme. Neznáme hluboký smysl a cíl našeho života, ani prostředky jak jej dosáhnout. Máme roztržštěná srdce a zabloudili jsme sami v sobě. To je celkem nenormální stav.

Chceme-li se vymanit ze sevření tohoto prázdna a beznaděje – aniž bychom upadli do dvou velice módních extrémů: workoholismu či depresivní rezignace – je třeba najít naši nejzazší identitu. A jediné modlitba nám přinese odpověď na tyto otázky, protože to, co každého člověka utváří nejhluběji, je jeho schopnost poznávat a milovat Boha.

Jedině dáme-li čas a prostor Bohu, to znamená prostě a vytrvalé modlitbě, najdeme cestu k druhým i k sobě samým a náš život se stane skutečně „normálním“.

A co si počít s onou výzvou sv. Pavla? Určitě to není pobídka k nějaké komplikované atletice.

Abychom ji správně pochopili, je nutné se opět vrátit k věcem nejpodstatnějším:

Modlitba je vztahem přátelství mezi Bohem a člověkem.

A přátelství, to nejsou v první řadě emoce, ale skutek naší vůle: „Já jsem se rozhodl, že tobě (Bože), dám přednost přede vším ostatním, navzdory mým pocitům, pádům.“

A právě toto rozhodnutí, takovýto skutek (každodenně pokorně a mnohokrát obnovovaný!) je zároveň skutkem modlitby. Je něčím, co pomaličku a velmi hluboce prostoupí celé naše dny, celý náš život; něčím, co nás neustále otevírá Božímu působení a jeho milosti. Právě zde, v tomto základním křesťanském postoji, rezonují ona slova Pavla z Tarsu: „Ať už jíte, či spíte, ať děláte cokoli, dělejte to pro Pána.“

8. Pro mnoho lidí, co se chtějí pravidelně modlit, je problém najít si na modlitbu čas. Jak to řešíte Vy a co byste doporučil ostatním?

V této otázce je třeba být k sobě velmi upřímný a dokázat rozlišovat: existují chvíle a někdy i velké časové periody, kdy nám opravdu nezbyvá čas ani síla na dlouhou osobní modlitbu. Mám na mysli maminky s malými dětmi, těžce nemocné a ty, kdo se o ně starají, lidi řešící krizové situace, atd. Tady

je třeba si nezoufat, snažit se používat střelné modlitby a naučit se během dne pravidelně si uvědomovat to nejdůležitější: Bůh je tu se mnou a nikdy mne neopustí.

Potom je tu však druhá skupina, která také tvrdí, že nemá čas, ale když se člověk podívá na to, kolik času strávili u počítače, prázdným tlacháním, ... zjistí, že času mají přeci jen dost. Zde je problém jinde, na úrovni priorit a víry.

Jestliže něco chci, čas si na to vždycky dokážu udělat! To platí pro všechny, i pro ty nejzaměstnanější a nejvytíženější z nás. Pokud ale nevidím důvod proč věnovat čas modlitbě – něčemu, co nepřináší viditelné výsledky – tak tomu prostě čas věnovat nebudu. Jenže pravou „hodnotu“ modlitby můžeme pochopit pouze ve světle víry: protože věřím, že Bůh je mým nejvyšším dobrem, Tím, kdo dává smysl celé mé existenci, Tím, kdo pro mne a pro ostatní chce skutečné dobro, právě proto budu modlitbě vyhrazovat dostatek času. Zanedbávané tělo se začne připomínat bolestmi a nemocmi. Zanedbaná duše stejně tak. Pokud lidé dokáží věnovat tolik péče svému tělu, proč by si nemohli najít čas na Někoho, kdo je tu stále s nimi a kdo jediný jim a jejich blízkým dokáže dát štěstí, po kterém touží?! Dát dostatek času modlitbě – to je otázka logiky, zdravého úsudku a přemáhání lenosti, spíš než toho, že nemáme čas.

Potom je tu ještě jeden, velice důležitý a zároveň opomíjený aspekt: každá, byť sebemenší modlitba, je zároveň trojím skutkem – skrze ni vzdáváme Bohu chválu, na což tak často zapomínáme, posvěcujeme své životy, a zároveň tím zprostředkováváme milost pro ostatní lidi.

Když abba Arsenius řekl: „Jediný člověk, který se přibližuje Bohu, s sebou pozvedá celý svět“, poukazoval tím právě na tuto obrovskou hodnotu modlitby. Nikdo z nás není totiž izolovaným ostrovem. Jsme mezi sebou propojeni poutem sounáležitosti a zodpovědnosti. V přirozené i nadpřirozené rovině. Naše soukromé skutky, zlé i dobré, zanechávají ve druhých stopu. Moje modlitba, byť lidem skrytá, má dopad na tento svět. Větší než si dokážeme představit.

Přečtěte si Evangelium, abyste si připomněli, co Kristus, opuštěný na kříži, pro tento svět učinil ... Není většího skutku. A křesťan, to má být člověk, který následuje Krista – stává se mu podobným v jeho smrti, aby mohl mít podíl na jeho vzkříšení a moci. Tady se dotýkáme skutečného života, pravé svobody snoubené se zodpovědností. Něčeho, co nemá nic společného s úzkoprsým viděním modlitby jakožto mé čistě soukromé, útěšné aktivity. Chápete...?

Návrat k modlitbě, to je v podstatě návrat k plné lidskosti, protože člověk bez Boha není celým člověkem. Je pravda, že je to boj, protože opravdová láska, dávání sebe sama vždycky bolí. Ale jen ona dokáže náš život učinit šťastným a smysluplným.